



Feljegyzések az alapfolyamathoz

Kezdeti érzés vagy tapasztalás: _____	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az első „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A második „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A harmadik „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A negyedik „én” (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az ötödik „én” (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	

A fenti táblázatot a következő helyről tudod kinyomtatni:
(magyar nyelven) www.bioenergetic.hu/konyvek/wholeness-work-kezikonyv
(angol nyelven) www.thewholenesswork.org/BookResources



Feljegyzések a meditációs folyamathoz

Kezdeti érzés vagy tapasztalás: _____	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az első „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A második „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A harmadik „én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A negyedik „én” (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az ötödik „én” (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	

A fenti táblázatot a következő helyről tudod kinyomtatni:
(magyar nyelven) www.bioenergetic.hu/konyvek/wholeness-work-kezikonyv
(angol nyelven) www.thewholenesswork.org/BookResources





Feljegyzések az autoritás visszaszerzésének folyamatához

Kezdeti tapasztalás: _____	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az első autoritás (A₁)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A₂	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A₃	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
A₄ (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
„Én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	

A fenti táblázatot a következő helyről tudod kinyomtatni:
(magyar nyelven) www.bioenergetic.hu/konyvek/wholeness-work-kezikonyv
(angol nyelven) www.thewholenesswork.org/BookResources



Feljegyzések a hiányfolyamathoz

Kezdeti tapasztalás: _____	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
Az első hiány (H_1)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
H_2	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
H_3	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
H_4 (opcionális)	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	
„Én”	
Hely	
Méret és forma	
Érzésminőség	

A fenti táblázatot a következő helyről tudod kinyomtatni:
(magyar nyelven) www.bioenergetic.hu/konyvek/wholeness-work-kezikonyv
(angol nyelven) www.thewholenesswork.org/BookResources

